



Утверждаю
 Руководитель МБДОУ
 Детский сад № 4 «Березка»
 Е.В. Саломатова
 20 г.

Наименование блюда	* Масса порции(г.)		Калорийность порции (Ккал)	
1 неделя 5 день (1-3 года/3-7лет)				
ЗАВТРАК				
Каша кукурузная вязкая	150	180	196,3	224,61
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	6	7	37,8	39,5
Чай с сахаром	160	180	45	54
Итого за завтрак	351	412	354,15	414,6
2 ЗАВТРАК				
Яблоко/ Сок в ассортименте	95/100		95	
ОБЕД				
Свекольник со сметаной	180	180	116,11	116,11
Гуляш с мясом	50	70	73,79	103,3
Макароны отварные	110	130	178,9	211,4
Салат из свежей капусты	30	50	39,17	53,58
Хлеб пшеничный	65	85	140,8	160,8
Кисель	150	180	99,01	119,23
Итого за обед	585	695	647,76	764,42
ПОЛДНИК				
Ватрушка с повидлом	70	70	251	251
Чай с сахаром	150	180	45	54
Итого за полдник	220	250	296	305
Итого за день	1284	1441	1410	1578,39